



Himbeerküchlein mit Pistazie

Zutaten

120 g Himbeeren

20 g Pistazien, ungesalzen

85 g pflanzliche Margarine

300 ml Sojadrink

150 g Dinkelmehl

60 g Kokosblütenzucker

2 Esslöffel Dattelsirup

0.5 Teelöffel Backpulver

1.5 Esslöffel Tapiokastärke

1 Prise(n) Salz

1 Spritzer Vanillearoma

Kochzeit: 1 h

Gesamtzeit: 1 h

Portionen: 6

Zubereitung

1.

Heize den Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vor und nimm die pflanzliche Margarine aus dem Kühlschrank, stelle sie bei Seite und lasse sie weich werden.

2.

Siebe das Dinkelmehl in eine Schüssel und vermische es mit Backpulver und einer Prise Salz.

3.

Gib nun den Kokosblütenzucker und die weiche Pflanzenmargarine hinzu und verknete die Zutaten mit den Händen zu einem leicht krümeligen Teig.

4.

Fette die Backförmchen mit etwas pflanzlicher Margarine ein, verteile den Teig auf die Förmchen und drücke den Teig am Boden und an den Seiten fest.

5.

Stich mit einer Gabel Löcher in den Teig, backe die Böden für etwa 10 Minuten und lasse sie danach etwas abkühlen.

6.

Röste währenddessen die Pistazien in einer Pfanne ohne Öl goldbraun und hacke sie danach grob. Wasche außerdem die Himbeeren und lasse sie abtropfen.

7.

Gib nun 280 ml des Sojadrinks mit etwas Vanillearoma und einer Prise Salz in einen kleinen Topf und koche die Zutaten zusammen auf.

8.

Vermenge währenddessen in einer separaten kleinen Schüssel die Tapiokastärke mit dem Dattelsirup und den restlichen 20 ml des Sojadrinks.

9.

Gib nun die Tapioka-Mischung in den Topf und lasse alles für etwa eine Minute unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze köcheln.

10.

Verteile den Tapioka-Vanille-Pudding auf die Förmchen und setze die Himbeeren darauf.

11.

Garniere die Küchlein noch mit den gehackten Pistazien und lasse sie etwas auskühlen, dass sie fest werden.

Lass es dir schmecken!